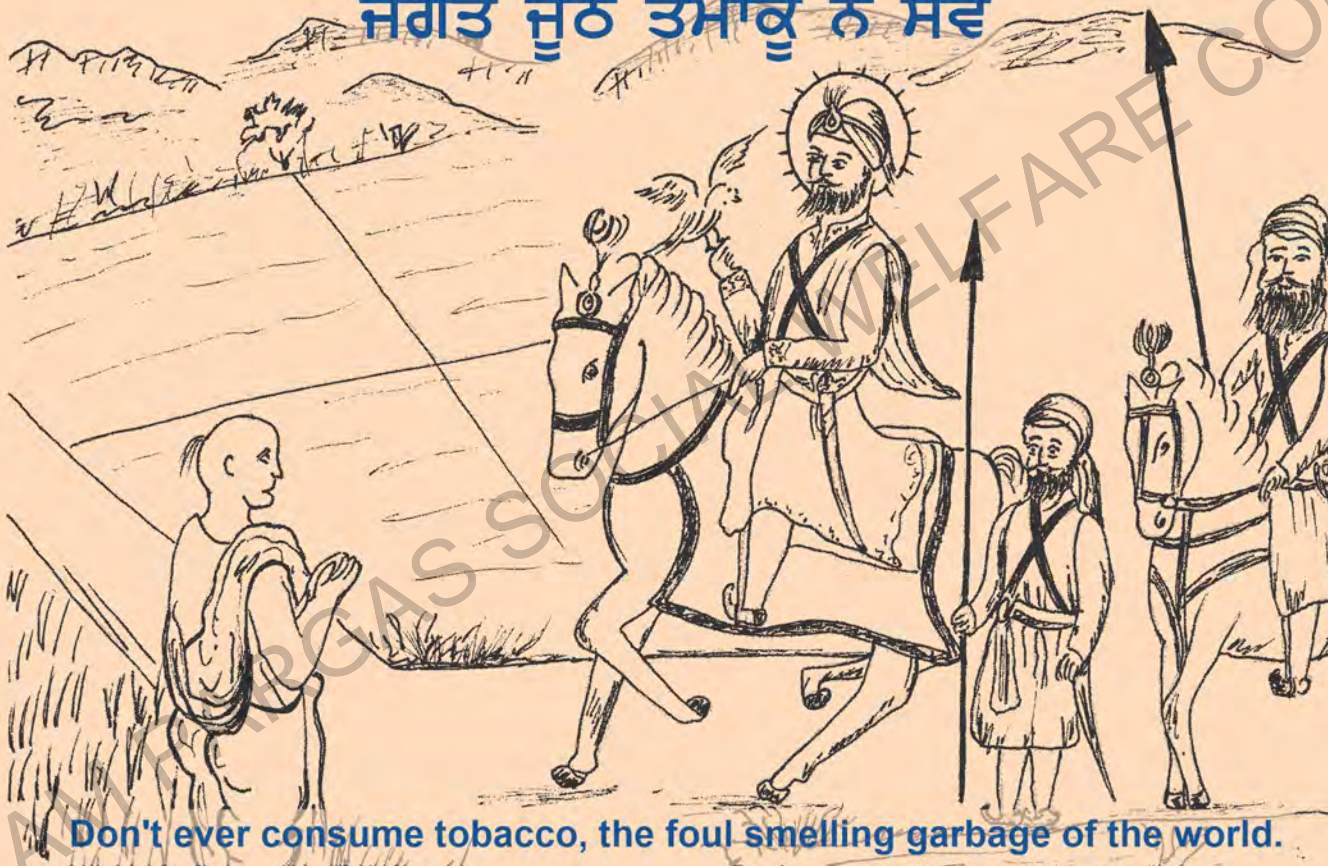
ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ

ਚਿੱਤਰ ਮਾਲਾ (ਭਾਗ ਦੂਜਾ)

ਜਗਤ ਜੂਠ ਤਮਾਕੂ ਨ ਸੇਵ



Don't ever consume tobacco, the foul smelling garbage of the world.

ਡਾ. ਵਰਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ

ATAM PARGAS

ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਪ੍ਰੋਡਕਸ਼ਨਸ

© ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL

ਲਿਖਾਰੀ ਦੀ ਕਲਮ ਤੋਂ

ਪਿਆਰੇ ਬੱਚਿਓ !

ਤੁਸੀਂ ਸੱਚਮੁੱਚ ਰੱਬ ਦਾ ਰੂਪ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੀ ਕੋਮਲਤਾ, ਨਿਰਵੈਰਤਾ, ਭੋਲਾਪਣ ਅਤੇ ਬੋਲਾਂ ਦੀ ਮਿਠਾਸ ਕਠੋਰ ਹਿਰਦਿਆਂ ਅੰਦਰ ਵੀ ਪਿਆਰ ਦੇ ਚਸ਼ਮੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਚੰਚਲ ਹਰਕਤਾਂ ਭਾਵੇਂ ਕਈ ਵਾਰ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਵੀ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਿਆਰ ਵਿੱਚ ਕਮੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ। ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਸ਼ਿੰਗਾਰ ਹੋ, ਹਰ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਜਾਨ ਹੋ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਨਾ ਸੁੰਦਰ ਬਣਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਡ ਪਿਆਰ ਕਰਦਿਆਂ ਰੱਜਦੇ ਨਹੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਹਰ ਲੋੜ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਪਿਆਰੇ ਬੱਚਿਓ ! ਜੇ ਅਸੀਂ, ਸਾਨੂੰ ਸੁੰਦਰ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੇ ਅਤਿ ਸੁੰਦਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਨੂੰ, ਪੱਕਾ ਦੋਸਤ ਬਣਾ ਕੇ ਹਰ ਕੰਮ ਨੂੰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਦੀ ਭੈ-ਭਾਵਨੀ ਵਿੱਚ ਪੂਰੀ ਮਿਹਨਤ ਨਾਲ ਕਰਨ ਉਪਰੰਤ ਫ਼ੈਸਲਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਤੇ ਛੱਡਣ ਦਾ ਸੁਭਾਓ ਬਣਾ ਲਈਏ ਤਾਂ ਉਹ ਸਾਨੂੰ ਹੋਰ ਸੁੰਦਰ ਬਣਾ ਦੇਣਗੇ। ਸਵੇਰੇ ਉੱਠਦਿਆਂ ਸਾਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਨ ਉਪਰੰਤ, ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਦਿਆਂ, ਤਿਆਰ ਹੁੰਦਿਆਂ, ਪ੍ਰਸ਼ਾਦਾ ਛਕਦਿਆਂ, ਸਕੂਲ ਜਾਂਦਿਆਂ, ਪੜ੍ਹਦਿਆਂ, ਖੇਡਦਿਆਂ, ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਕਰਦਿਆਂ ਤੇ ਫੇਰ ਰਾਤ ਨੂੰ ਸੌਣ ਲੱਗਿਆਂ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਿੱਤਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਨੂੰ ਨਾਲ ਜਾਣਾਂਗੇ ਤਾਂ ਉਹ ਸੱਚਮੁੱਚ ਸਾਡੇ ਸਾਰੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪ ਸਹਾਈ ਹੋਣਗੇ। ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਸੁੰਦਰ ਤੋਂ ਸੁੰਦਰ ਗੁਣਾਂ ਨਾਲ ਸ਼ਿੰਗਾਰ ਦੇਣਗੇ ਅਤੇ ਸਾਰੀ ਲੁਕਾਈ ਸਾਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰੇਗੀ।

ਪਿਆਰੇ ਬੱਚਿਓ ! ਤੁਹਾਨੂੰ ਉੱਚੀ-ਸੁੱਚੀ ਜੀਵਨ ਜਾਚ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਸਾਲ 2010 ਵਿੱਚ '**ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ-ਸੁਲੇਖ ਮਾਲਾ**', '**ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ-ਰੰਗ ਮਾਲਾ**' ਅਤੇ '**ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ-ਚਿੱਤਰ-ਮਾਲਾ**' ਪੁਸਤਕਾਂ ਚਾਰ ਭਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਭੇਟ ਕੀਤੀਆਂ ਸਨ। ਸੈਂਕੜੇ ਵਿੱਦਿਅਕ ਅਦਾਰਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਦੀ ਸਕੂਲ ਸਿਲੇਬਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਨਵੀਆਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਦੀ ਮੰਗ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦਿਆਂ ਬਾਲ ਪਾਠਕਾਂ ਲਈ **ਗੁਰਮੁਖੀ ਅੱਖਰ ਕਾਰਡ** (ਦੋ ਭਾਗ), **ਗੁਰਮੁਖੀ ਅੱਖਰ ਗਿਆਨ**, **ਗੁਰਮੁਖੀ ਅੱਖਰ ਅਭਿਆਸ**, **ਪੰਜਾਬੀ ਅਭਿਆਸ ਪੁਸਤਕ** (ਚਾਰ ਭਾਗ), **ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਆਰਟ ਬੁੱਕ** (ਦੋ ਭਾਗ), **ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਸਕਰੈਪ ਬੁੱਕ** (ਦੋ ਭਾਗ), **ਸਿੱਖ ਇਤਿਹਾਸ ਕਾਰਡ** (ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਦੋ ਭਾਗ) ਅਤੇ **ਸਿੱਖ ਹਿਸਟਰੀ ਕਾਰਡ** (ਅੰਗਰੇਜੀ ਵਿੱਚ ਦੋ ਭਾਗ) ਸਿਰਲੇਖ ਹੇਠ ਹੋਰ ਨਵੀਆਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਹਾਸਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ।

ਪਿਆਰੇ ਬੱਚਿਓ ! ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਪੁਸਤਕ ਸੀਰੀਜ਼ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਦਿਆਂ-ਕਰਦਿਆਂ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਦੁਨਿਆਵੀ ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਹੁਨਰ ਹਾਸਲ ਕਰੋਗੇ ਉੱਥੇ ਆਪਣੇ ਅਮੀਰ ਵਿਰਸੇ ਨਾਲ ਵੀ ਜੁੜੇ ਰਹੋਗੇ। ਉੱਚ ਵਿੱਦਿਆ ਹਾਸਲ ਕਰਕੇ ਸਚਿਆਰ ਮਨੁੱਖ ਵਜੋਂ ਜਿਊਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਦਿਆਂ ਜਦੋਂ ਆਪ ਜੀ ਦੇ ਨੰਨ੍ਹੇ-ਨੰਨ੍ਹੇ ਕਦਮ ਵੱਡੀਆਂ-ਵੱਡੀਆਂ ਮੰਜ਼ਲਾਂ ਫ਼ਤਿਹ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ ਜਾਣਗੇ ਤਾਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ ਬਿਤਾਇਆ ਆਪ ਜੀ ਦੇ ਬਚਪਨ ਦਾ ਹਰ ਪਲ ਆਪ ਜੀ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਨੂੰ ਚਾਰ ਚੰਨ ਲਗਾਵੇਗਾ। ਆਪ ਜੀ ਦਾ ਸਮੁੱਚਾ ਆਲਾ-ਦੁਆਲਾ ਆਪ ਜੀ ਦੇ ਉੱਚੇ-ਸੁੱਚੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਮਹਿਕ ਨਾਲ ਖਿੜ ਕੇ ਸੁਚੱਜੀ ਜੀਵਨ ਜਾਚ ਨੂੰ ਧਾਰਨ ਕਰਨ ਲਈ ਬੇਤਾਬ ਹੋ ਉੱਠੇਗਾ ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਧੰਨ ਹੋ ਜਾਓਗੇ।

ਡਾ. ਹਰਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ

© ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL

ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ

ਚਿੱਤਰ ਮਾਲਾ (ਭਾਗ ਦੂਜਾ)

ਡਾ. ਵਰਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ

© ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL

ATAM PARGAS

ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਪ੍ਰੋਡਕਸ਼ਨਸ

ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਸੋਸ਼ਲ ਵੈਲਫ਼ੇਅਰ ਕੌਂਸਲ

ਸਮਰਪਣ

ਨੰਨ੍ਹੇ-ਨੰਨ੍ਹੇ ਬਾਲਾਂ ਨੂੰ ਜਿਹੜੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਜੀਊਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਦਿਆਂ-ਕਰਦਿਆਂ ਧੰਨ ਹੋ ਜਾਣਗੇ
ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਨੂੰ ਵੀ ਮਹਿਕਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਗੇ।

JEEVEEY GURBANI NAAL - CHITTAR MALA (Part - II)
Author : Dr. Varinderpal Singh
E-mail : singhvp72@gmail.com

Vetting of English Translation : Dr. Charan Kamal Singh

Artist : Kuldeep Singh

First Edition : February, 2010
Eleventh Edition : December, 2019

© All rights reserved
ANY UNAUTHORIZED REPRODUCTION OR SALE OF THE BOOK IN WHOLE OR IN EXTRACT FORM IS PROHIBITED UNDER THE COPY RIGHT ACT, 1957. DISPUTES WILL BE SETTLED UNDER THE JURISDICTION OF COURTS IN LUDHIANA ONLY.
ISBN : 978-81-943573-4-6 (Set ISBN : 978-81-943573-5-3)

THIS BOOK CONTAINS GURBANI. HANDLE WITH RESPECT.
ਇਹ ਪੁਸਤਕ ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਧਾਰਤ ਹੈ। ਇਸਦੀ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਅਧਿਐਨ ਸਤਿਕਾਰ ਸਹਿਤ ਕਰੋ ਜੀ।

THANK YOU FOR PURCHASING THIS BOOK. ATAM PARGAS TEAM IS COMMITTED TO ENLIGHTEN YOUNG SOULS WITH A VISION TO DEVELOP TRUTHFUL HUMAN BEINGS. THE PRICES OF OUR BOOKS ARE DESIGNED TO MEET EXPENDITURES AND ENABLE THE FULFILMENT OF PROJECTS UNDER THE AUSPICES OF ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL.

PUBLISHED BY :
ATAM PARGAS PRODUCTIONS
ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL
99, Preet Vihar, V.P.O. Daad, Pakhowal Road, Ludhiana-142 022
: atampargas@gmail.com
: +91 82880-10531 / 32 / 33
: www.atampargas.org

Follow us :

© ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL

ਮੁੱਖ ਬੰਦ

ਗੁਰਬਾਣੀ ਇਸੁ ਜਗ ਮਹਿ ਚਾਨਣੁ

ਅੱਜ ਦੇ ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਮਾਇਆ ਦੀ ਦੌੜ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਕਾਦਰ ਦੀ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਵਿਨਾਸ਼ ਲਈ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਭਿਆਨਕ ਬੰਬ ਤਿਆਰ ਕਰ ਲਏ ਹਨ। ਭਰਾ-ਭਰਾ ਦਾ ਦੁਸ਼ਮਣ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ, ਭੈਣ-ਭਰਾ ਦੇ ਪਿਆਰ ਵਿੱਚ ਤ੍ਰੇੜਾਂ ਪੈ ਚੁੱਕੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਜਾਇਦਾਦ ਦੀ ਖ਼ਾਤਰ ਪੁੱਤ ਵੀ ਪਿਓ ਦਾ ਦੁਸ਼ਮਣ ਬਣ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਭ ਇਸੇ ਲਈ ਵਾਪਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਧਰਮ ਗ੍ਰੰਥਾਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਵਿਖਾਵੇ ਜਾਂ ਫਿਰ ਪੂਜਾ ਦੇ ਮੁਆਵਜ਼ੇ ਵਿੱਚ ਦੁਨਿਆਵੀ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਹੀ ਪੜ੍ਹਦੇ ਹਾਂ। ਧਰਮ ਗ੍ਰੰਥ ਤਾਂ ਜੀਵਨ ਜਾਚ ਸਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ ਪਰ ਅਸੀਂ ਸਿਖਿਆਰਥੀ ਬਣਨ ਦੀ ਜਾਚ ਹੀ ਭੁੱਲ ਗਏ ਹਾਂ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਤਾਂ ਮਾਰਗ ਦਾ ਨਾਮ ਹੀ 'ਸਿੱਖ' ਹੈ ਭਾਵ ਇਸ ਮਾਰਗ ਤੇ ਚੱਲਣ ਵਾਲਾ ਹਰ ਪ੍ਰਾਣੀ 'ਸਿਖਿਆਰਥੀ' ਹੈ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀ ਮਹਾਨਤਾ ਏਨੀ ਹੈ ਕਿ ਇੱਕ ਸਿੱਖਿਆ ਸੁਣ ਲੈਣ ਨਾਲ ਹੀ ਮੱਤ ਰੌਸ਼ਨ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਮਝ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੇ ਜੀਵਾਂ ਦਾ ਦਾਤਾ ਇੱਕ ਪਰਮਾਤਮਾ ਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਉਸ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਕਦੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਭੁਲਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਗੁਰ ਫ਼ਰਮਾਨ ਹੈ:

ਮਤਿ ਵਿਚਿ ਰਤਨ ਜਵਾਹਰ ਮਾਣਿਕ ਜੇ ਇਕ ਗੁਰ ਕੀ ਸਿਖ ਸੁਣੀ॥
ਗੁਰਾ ਇਕ ਦੇਹਿ ਬੁਝਾਈ॥ ਸਭਨਾ ਜੀਆ ਕਾ ਇਕੁ ਦਾਤਾ ਸੋ ਮੈ ਵਿਸਰਿ ਨ ਜਾਈ॥

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ, ਅੰਗ-੨)

ਸਰਬੱਤ ਦੇ ਭਲੇ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਸੁਨੇਹਿਆਂ ਨੂੰ ਲੁਕਾਈ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਲਈ ਸਾਰਥਿਕ ਉਪਰਾਲਿਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸਤਿਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਡਾ. ਵਰਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਜੀ ਤੇ ਬਖ਼ਸ਼ਸ਼ ਕਰਕੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਚਿਆਰ ਮਨੁੱਖ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਨਾਲ ਸਕੂਲ ਸਿਲੇਬਸ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਏ ਜਾਂਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਤੇ' ਅਧਾਰਿਤ ਨਵੇਕਲੀਆਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਲਿਖਵਾਉਣ ਦਾ ਕਾਰਜ ਅਰੰਭ ਕਰਵਾਇਆ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਪੁਸਤਕਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਵਾਉਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਨੈਤਿਕ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਫੁੱਲਤਾ ਲਈ ਉਚੇਚੇ ਤੌਰ ਤੇ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਡਾ. ਵਰਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਵੱਲੋਂ 2010 ਵਿੱਚ **ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ** ਸਿਰਲੇਖ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਗਈਆਂ ਇੱਕ ਦਰਜਨ ਪੁਸਤਕਾਂ ਨੂੰ ਵਿੱਦਿਅਕ ਅਦਾਰਿਆਂ ਨੇ ਬੇਹੱਦ ਪਸੰਦ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਮੈਨੂੰ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇੱਕ ਹੋਰ ਹੰਭਲਾ ਮਾਰ ਕੇ ਇੱਕ ਦਰਜਨ ਤੋਂ ਵੀ ਵੱਧ ਹੋਰ ਨਵੀਆਂ ਪੁਸਤਕਾਂ **ਗੁਰਮੁਖੀ ਅੱਖਰ ਕਾਰਡ** (ਦੋ ਭਾਗ), **ਗੁਰਮੁਖੀ ਅੱਖਰ ਗਿਆਨ**, **ਗੁਰਮੁਖੀ ਅੱਖਰ ਅਭਿਆਸ**, **ਪੰਜਾਬੀ ਅਭਿਆਸ ਪੁਸਤਕ** (ਚਾਰ ਭਾਗ), **ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਆਰਟ ਬੁੱਕ** (ਦੋ ਭਾਗ), **ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਸਕਰੈਪ ਬੁੱਕ** (ਦੋ ਭਾਗ), **ਸਿੱਖ ਇਤਿਹਾਸ ਕਾਰਡ** (ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਦੋ ਭਾਗ) ਅਤੇ **ਸਿੱਖ ਹਿਸਟਰੀ ਕਾਰਡ** (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਦੋ ਭਾਗ) ਬਾਲ ਪਾਠਕਾਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਭੇਟ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨਾ ਲਈ ਡਾ. ਵਰਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਜੀ ਅਤੇ ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਸੋਸ਼ਲ ਵੈਲਫ਼ੇਅਰ ਕੌਂਸਲ ਵਧਾਈ ਦੇ ਪਾਤਰ ਹਨ। ਆਲ ਇੰਡੀਆ ਪਿੰਗਲਵਾੜਾ ਚੈਰੀਟੇਬਲ ਸੁਸਾਇਟੀ, ਸ੍ਰੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਸਿਲੇਬਸ ਵਿੱਚ ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਕੇ ਮਾਣ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਵੱਲੋਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਵਿਰਾਸਤ ਦੇ ਫ਼ਖਰ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਵਾ ਕੇ ਸਚਿਆਰ ਮਨੁੱਖਾਂ ਵਜੋਂ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਉਲੀਕੇ ਗਏ ਵਿਉਂਤਬੰਦ ਉੱਦਮ ਦੀ ਸਫ਼ਲਤਾ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪੋ-ਆਪਣੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਮੈਂ ਆਸ ਕਰਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਸਮੂਹ ਵਿੱਦਿਅਕ ਅਦਾਰਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪੋ-ਆਪਣੇ ਸਿਲੇਬਸ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਾ ਕੇ ਭਰਪੂਰ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਇਸ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਭੇਟ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨਗੇ।

ਡਾ. ਇੰਦਰਜੀਤ ਕੌਰ
ਸਰਪ੍ਰਸਤ, ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਸੋਸ਼ਲ ਵੈਲਫ਼ੇਅਰ ਕੌਂਸਲ ਅਤੇ
ਪ੍ਰਧਾਨ, ਆਲ ਇੰਡੀਆ ਪਿੰਗਲਵਾੜਾ ਚੈਰੀਟੇਬਲ ਸੁਸਾਇਟੀ, ਸ੍ਰੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ

© ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL

ਦੋ ਸ਼ਬਦ

ਗੁਰਬਾਣੀ ਸੁਣਿ ਮੈਲੁ ਗਵਾਏ

ਸਾਡੀ ਸੰਗਤ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਪਈ ਹਰ ਵਸਤੂ, ਕੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪਏ ਬੋਲ ਅਤੇ ਖਾਧਾ ਭੋਜਨ ਸਾਡੇ ਉੱਪਰ ਇੱਕ ਅਦਿੱਖ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਾਰਨ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰ ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ ਨੂੰ ਉਸਾਰੂ ਸੇਧ ਦੇਣ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਸਿਰਜਨਾਤਮਿਕ ਮਾਹੌਲ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਯਤਨਸ਼ੀਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ, ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਮੀਡੀਏ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੇਠ ਕੁਰਾਹੇ ਪੈ ਰਹੇ ਬਾਲਾਂ ਨੂੰ ਸੁਚੱਜੀ ਸੇਧ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰਥ ਹੋ ਰਹੇ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਚਾਲ ਚਲਣ ਤੋਂ ਅਕਸਰ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਝੱਲਣੀ ਪੈ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਹ ਮੰਨ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਅੰਦਰ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਵਿਰਸੇ ਪ੍ਰਤੀ ਸਤਿਕਾਰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਕਾਮਯਾਬ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕੇ। ਸਿੱਟੇ ਵਜੋਂ ਵਿਗਿਆਨ ਦੀਆਂ ਹੈਰਾਨਕੁੰਨ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਅਤੇ ਸਹੂਲਤਾਂ ਦੇ ਹੋਂਦ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਅਲੋਪ ਹੋ ਰਿਹਾ ਮਿਲਵਰਤਣ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਪ੍ਰਤੀ ਵੱਧ ਰਹੀ ਨਫ਼ਰਤ ਅਤੇ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨਹੀਣਤਾ ਸਦਕਾ ਹੱਸਦਾ-ਖੇਡਦਾ ਸਮਾਜ ਜਿਵੇਂ ਮਲੀਣ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਇਸ ਮਲੀਣਤਾ ਵਿੱਚ ਨਿਰਮਲਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕੋ-ਇੱਕ ਹੱਲ ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਨੁਸਾਰੀ ਜੀਵਨ ਜੁਗਤ ਨੂੰ ਅਪਣਾਉਣਾ ਹੈ। ਨੰਨ੍ਹੇ ਬਾਲਾਂ ਦੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਦਿਆਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਖੇਡ-ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਹੀ ਇਹ ਰੰਗਤ ਦੇਣ ਲਈ ਡਾ. ਵਰਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਜੀ ਵੱਲੋਂ ਚਾਰ ਭਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਲਿਖੀਆਂ ਗਈਆਂ '**ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ-ਸੁਲੇਖ ਮਾਲਾ**', **ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ ਰੰਗ-ਮਾਲਾ**' ਅਤੇ '**ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ-ਚਿੱਤਰ ਮਾਲਾ**' ਦਾ 12 ਪੁਸਤਕਾਂ ਦਾ ਸੈੱਟ ਸਾਰਥਕ ਉਪਰਾਲਾ ਹੈ। ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਸੋਸ਼ਲ ਵੈਲਫ਼ੇਅਰ ਕੌਂਸਲ ਵੱਲੋਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਦੇ ਭਾਗ ਦੂਜਾ ਦੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨਾ ਤੇ ਇਹ ਸ਼ਬਦ ਲਿਖਦਿਆਂ ਮੈਨੂੰ ਹਾਰਦਿਕ ਪ੍ਰਸੰਨਤਾ ਅਤੇ ਯਕੀਨ ਹੈ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਵਿਚਲੀਆਂ ਆਕਰਸ਼ਕ ਤਸਵੀਰਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਮਨੋਬਿਰਤੀਆਂ ਨੂੰ ਟੁੰਬ ਕੇ ਖੇਡ-ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਹੀ ਨੈਤਿਕ ਗਿਆਨ ਦੇਣ ਲਈ ਸਹਾਈ ਹੋਣਗੀਆਂ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਲੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਹਰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਆਸਰਾ ਲੈਣਗੇ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਿਰਜਣਹਾਰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਯਾਦ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਭਨਾਂ ਵਿੱਚ ਵਸਦੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੋਵੇਗਾ ਤਾਂ ਆਪਸੀ ਸਦਭਾਵਨਾ ਅਤੇ ਪਿਆਰ ਵਧੇਗਾ। ਸਿੱਟੇ ਵਜੋਂ ਖ਼ੁਸ਼ਹਾਲ ਸਮਾਜ ਦੀਆ ਨੀਹਾਂ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੋਣਗੀਆਂ ਅਤੇ ਸਾਡਾ ਆਲਾ-ਦੁਆਲਾ ਵੀ ਦੈਵੀ ਗੁਣਾਂ ਨਾਲ ਸੁਗੰਧਿਤ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਸਮੂਹ ਵਿੱਦਿਅਕ ਅਦਾਰਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਨੂੰ ਮੇਰੀ ਬੇਨਤੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਕੇ ਡਾ. ਵਰਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਜੀ ਵੱਲੋਂ ਨੰਨ੍ਹੇ-ਨੰਨ੍ਹੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਮਿਹਨਤ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਲੀਹਾਂ ਤੇ ਹੋਰ ਪੁਸਤਕਾਂ ਲਿਖਣ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਸਹਿਯੋਗ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਨਾਲ ਨਿਵਾਜਣਗੇ।

ਡਾ. ਜਸਪਿੰਦਰ ਸਿੰਘ
ਸਾਬਕਾ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਪਸਾਰ ਸਿੱਖਿਆ
ਪੰਜਾਬ ਐਗਰੀਕਲਚਰਲ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਲੁਧਿਆਣਾ

© ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨਾ ਮਨੋਰਥ

ਗੁਰਮਤਿ ਸੰਗ, ਉਸਾਰੀਏ ਬਚਪਨ

ਅਜੋਕੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਭੱਜ-ਦੌੜ ਵਿੱਚ ਧਰਮ ਨੂੰ ਸੰਸਾਰੀ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਹੱਥ-ਕੰਡੇ ਵਜੋਂ ਹੀ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸਿੱਟੇ ਵਜੋਂ ਅਸੀਂ ਇਤਿਹਾਸ ਨੂੰ ਵੀ ਮਿੱਥਾਂ ਦੇ ਭਰਮਜਾਲ ਵਿੱਚ ਲਪੇਟ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਮਨੁੱਖ ਕੋਲੋਂ ਉਸ ਦੀ ਮਨੁੱਖਤਾ ਖੋਹ ਕੇ ਦਾਨਵੀ ਅਤੇ ਪਸ਼ੂ ਬਿਰਤੀਆਂ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਆਦਰਸ਼ ਬਣਾਇਆ ਜਾਣਾ ਭਾਰੂ ਵਰਤਾਰਾ ਹੈ। ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਨਾਂ 'ਤੇ ਵਿਨਾਸ਼ ਦਾ ਇਹ ਖੇਲ ਨਸ਼ਿਆਂ, ਦੁਰਵਿਹਾਰ, ਅਨੁਸ਼ਾਸ਼ਨਹੀਣਤਾ ਅਤੇ ਵਿਕ੍ਰਿਤ ਕਾਮ ਰੁਚੀਆਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਨਿਸੰਗ ਜਾਰੀ ਹੈ। ਪੱਛਮੀ ਜੀਵਨ-ਜਾਚ ਲੰਮਾ ਸਮਾਂ ਪੂਰਬ ਵੱਲ ਵੇਖ ਕੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੀ ਆ ਰਹੀ ਹੈ ਪਰ ਹੁਣ ਉਲਟੀ ਗੰਗਾ ਵਹਿਣੀ ਦੁਖਦਾਈ ਹੈ।

ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਸੋਸ਼ਲ ਵੈਲਫ਼ੇਅਰ ਕੌਂਸਲ ਇਸ ਹਾਲਾਤ ਦੇ ਮੱਦੇ ਨਜ਼ਰ ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਸਹੀ ਦਿਸ਼ਾ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਸੰਸਥਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਮਨੁੱਖੀ ਆਚਰਨ ਦੀ ਆਦਰਸ਼ ਘਾੜਤ ਘੜਨ ਦਾ ਅਰੰਭ ਬਚਪਨ ਦੀ ਉਸ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਕਰਨ ਦੇ ਹਾਮੀ ਹਾਂ, ਜਦੋਂ ਬੱਚਾ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਵਰਤਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਜਗਿਆਸੂ ਦੀ ਨੀਝ ਨਾਲ ਵੇਖ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਦੀ ਕੋਰੀ ਸਲੇਟ ਉੱਪਰ ਕੁਝ ਸਦੀਵੀ ਅੱਖਰ ਲਿਖੇ ਜਾਣ ਦਾ ਸਹੀ ਸਮਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਸੋਸ਼ਲ ਵੈਲਫ਼ੇਅਰ ਕੌਂਸਲ ਨੇ ਇਸ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖੇਡ ਪੁਸਤਕਾਂ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੇ ਅਮੀਰ ਵਿਰਸੇ ਅਤੇ ਆਦਰਸ਼ ਆਚਰਨ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਦਾ ਸੁਪਨਾ ਪਾਲਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਇਸ ਬੁਨਿਆਦੀ ਲੋੜ ਨੂੰ ਪੂਰਿਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਡਾ. ਵਰਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੁਆਰਾ ਰਚਿਤ ਇੱਕ ਦਰਜਨ ਖੇਡ ਪੁਸਤਕਾਂ ਦੀ ਸੀਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਸਾਲ 2010 ਦੌਰਾਨ **ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ** ਸਿਰਲੇਖ ਹੇਠ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਦੂਸਰੀ ਤੋਂ ਨੌਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਚਾਰ-ਚਾਰ ਭਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤੀਆਂ **ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ-ਸੁਲੇਖ ਮਾਲਾ, ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ-ਰੰਗ ਮਾਲਾ** ਅਤੇ **ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ-ਚਿੱਤਰ ਮਾਲਾ** ਨੂੰ ਸੈਂਕੜੇ ਵਿੱਦਿਅਕ ਅਦਾਰਿਆਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਕੇ ਭਾਰੀ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦਿਖਾਇਆ ਹੈ। ਵਿੱਦਿਅਕ ਅਦਾਰਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਨਵੀਆਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਦੀ ਨਿਰੰਤਰ ਮੰਗ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦਿਆਂ ਡਾ. ਵਰਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਇੱਕ ਹੋਰ ਹੰਭਲਾ ਮਾਰ ਕੇ ਇੱਕ ਦਰਜਨ ਤੋਂ ਵੀ ਵੱਧ ਹੋਰ ਨਵੀਆਂ ਪੁਸਤਕਾਂ **ਗੁਰਮੁਖੀ ਅੱਖਰ ਕਾਰਡ** (ਦੋ ਭਾਗ), **ਗੁਰਮੁਖੀ ਅੱਖਰ ਗਿਆਨ**, **ਗੁਰਮੁਖੀ ਅੱਖਰ ਅਭਿਆਸ**, **ਪੰਜਾਬੀ ਅਭਿਆਸ ਪੁਸਤਕ** (ਚਾਰ ਭਾਗ), **ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਆਰਟ ਬੁੱਕ** (ਦੋ ਭਾਗ), **ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਸਕਰੈਪ ਬੁੱਕ** (ਦੋ ਭਾਗ), **ਸਿੱਖ ਇਤਿਹਾਸ ਕਾਰਡ** (ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਦੋ ਭਾਗ) ਅਤੇ **ਸਿੱਖ ਹਿਸਟਰੀ ਕਾਰਡ** (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਦੋ ਭਾਗ) ਬਾਲ ਪਾਠਕਾਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਭੇਟ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਖੇਡ-ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਹੀ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਬੋਲੀ, ਸਹੀ ਸ਼ਬਦ ਜੋੜ ਅਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਤੋਂ ਵਾਕਫ਼ ਹੋ ਜਾਣਗੇ ਸਗੋਂ ਅਮੀਰ ਵਿਰਸੇ ਤੋਂ ਸੇਧ ਲੈ ਕੇ ਚੰਗੇ ਨਾਗਰਿਕ ਬਣਨ ਦੇ ਯੋਗ ਵੀ ਹੋ ਸਕਣਗੇ।

ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਸੋਸ਼ਲ ਵੈਲਫ਼ੇਅਰ ਕੌਂਸਲ ਵੱਲੋਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨਾ ਦੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਹਾਸਲ ਕਰਦਿਆਂ ਅਸੀਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਦੇ ਅਤਿ ਧੰਨਵਾਦੀ ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਸੇਵਾ ਦਾ ਸੁਭਾਗ ਬਖ਼ਸ਼ਸ਼ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨਾ ਲਈ ਮੈਂ ਸਮੂਹ ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦੀ ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਉਤਸ਼ਾਹੀ ਸਹਿਯੋਗ ਅਤੇ ਕੀਮਤੀ ਸੁਝਾਵਾਂ ਨਾਲ ਇਹ ਕਾਰਜ ਸਫ਼ਲਤਾ ਸਹਿਤ ਸੰਪੂਰਨ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਆਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਵਿੱਦਿਅਕ ਅਦਾਰਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕ, ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਵੱਲੋਂ ਨਰਸਰੀ ਤੋਂ ਨੌਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤੀਆਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪੋ-ਆਪਣੇ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਕੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅੰਦਰ ਨੈਤਿਕ, ਬੌਧਿਕ ਅਤੇ ਸੱਭਿਅਕ ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰੀ ਨਿਭਾਉਣ ਲਈ ਭਰਪੂਰ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਣਗੇ।

ਡਾ. ਨਛੱਤਰ ਸਿੰਘ

ਡਾਇਰੈਕਟਰ, ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਸੋਸ਼ਲ ਵੈਲਫ਼ੇਅਰ ਕੌਂਸਲ

ਅਤੇ ਸਾਬਕਾ ਉਪ-ਕੁਲਪਤੀ, ਗੁਰੂ ਕਾਸ਼ੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਤਲਵੰਡੀ ਸਾਬੋ, ਬਠਿੰਡਾ

© ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL

ਦੁਨੀਆਂ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਕੀਮਤੀ ਖ਼ਜ਼ਾਨਾ!

ਪਿਆਰੇ ਬੱਚਿਓ!

ਆਪਣੇ ਪਿਆਰੇ ਦੀ ਦਿੱਤੀ ਹੋਈ ਨਿੱਕੀ ਜਿਹੀ ਵਸਤੂ ਵੀ ਸਾਡੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਕੀਮਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਉਸਨੂੰ ਸੰਭਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਕੇ ਰੱਖਦੇ ਹਾਂ। 'ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ' ਪੁਸਤਕ ਸੀਰੀਜ਼ ਵਿੱਚ ਆਪ ਜੀ ਦੁਆਰਾ ਸਜਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਇਲਾਹੀ ਫ਼ਰਮਾਨ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਪਿਆਰਿਆਂ ਦੀ ਬਾਣੀ ਹੈ। ਰੱਬੀ ਰੰਗ ਵਿੱਚ ਰੰਗੇ ਮਹਾਂਪੁਰਖਾਂ ਦੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬੋਲਾਂ ਵਿੱਚ ਮੁਰਦਾ ਰੂਹਾਂ ਨੂੰ ਦੈਵੀ ਗੁਣਾਂ ਨਾਲ ਸਰਸ਼ਾਰ ਕਰ ਦੇਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਹੈ। ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਇਹ ਉਪਦੇਸ਼ ਦੁਨੀਆਂ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਕੀਮਤੀ ਖ਼ਜ਼ਾਨਾ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮੁੱਲ ਦਿੱਤਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਕੋਈ ਭੇਟਾ ਜੇ ਅਸੀਂ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਉਹ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਕਮਾਈ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਅਧਿਐਨ ਪੂਰਨ ਸਤਿਕਾਰ ਅਤੇ ਸ਼ਰਧਾ ਨਾਲ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਪੁਸਤਕਾਂ ਸਦਾ ਲਈ ਆਪਣੀ ਨਿੱਜੀ ਲਾਇਬਰੇਰੀ ਵਿੱਚ ਸੰਭਾਲ ਕੇ ਰੱਖਣੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਸੰਭਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਯਾਦਗਾਰੀ ਅਤੇ ਵਡਮੁੱਲੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਵੱਡੇ ਹੋ ਕੇ ਜਦੋਂ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਰਾਹੀਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਲਿਖਾਈ ਅਤੇ ਕਲਾ ਕ੍ਰਿਤ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਦੇਖੋਗੇ ਤਾਂ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅਨੰਦ ਅਨੁਭਵ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਨਿੱਕੀ ਉਮਰੇ ਸਿੱਖੇ ਰੱਬੀ ਸਿਧਾਂਤ ਵੀ ਤਾਜ਼ੇ ਰਹਿਣਗੇ।

© ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL

ਪਾਠ ਸੂਚੀ

ਪਾਠ ਨੰ:	ਵਿਸ਼ਾ	ਪੰਨਾ
੧.	ਕੋਈ ਵੀ ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਸਮੇਂ	੮-੯
੨.	ਸਰੀਰਕ ਬਣਤਰ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨ ਸਮੇਂ	੧੦-੧੧
੩.	ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੀ ਰਚਨਾ ਦਾ ਭੇਦ ਸਮਝਣ ਸਮੇਂ	੧੨-੧੩
੪.	ਹਵਾ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਧਰਤੀ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਤੀ ਜਾਗ੍ਰਤੀ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਸਮੇਂ	੧੪-੧੫
੫.	ਨਿਗੁਰੇ ਰਹਿ ਜਾਣ ਸਮੇਂ	੧੬-੧੭
੬.	ਸੁੱਖਾਂ ਦੀ ਭਾਲ ਸਮੇਂ	੧੮-੧੯
੭.	ਹਰ ਨਵਾਂ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣ ਸਮੇਂ	੨੦-੨੧
੮.	ਬਸਤਰਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਸਮੇਂ	੨੨-੨੩
੯.	ਤਮਾਕੂ ਆਦਿਕ ਨਸ਼ੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਸਮੇਂ	੨੪-੨੫
੧੦.	ਮਨ ਨੂੰ ਔਗੁਣਾਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਕਰਨ ਸਮੇਂ	੨੬-੨੭
੧੧.	ਮਨੁੱਖਾ ਜੂਨ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਸਮਝਣ ਸਮੇਂ	੨੮-੨੯
੧੨.	ਜਾਣਦਿਆਂ-ਬੁੱਝਦਿਆਂ ਬੁਰੇ ਕੰਮ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਜਾਣ ਸਮੇਂ	੩੦-੩੧
੧੩.	ਤੀਰਥ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨ ਸਮੇਂ	੩੨-੩੩
੧੪.	ਪਰਾਈ ਅਮਾਨਤ ਦੱਬ ਲੈਣ ਦਾ ਮਨ ਕਰਨ ਸਮੇਂ	੩੪-੩੫
੧੫.	ਧਰਮ ਅਸਥਾਨਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਨੂੰ ਉੱਚੀ ਅਵਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਸਪੀਕਰ ਨਾ ਵਜਾਉਣ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਕਰਨ ਸਮੇਂ	੩੬-੩੭
੧੬.	ਸਰੀਰ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਸਮੇਂ	੩੮-੩੯
੧੭.	ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ-ਸਿਮਰਨ ਕਰਨ ਸਮੇਂ	੪੦-੪੧
੧੮.	ਮਨ ਨੂੰ ਮਨੁੱਖਾ ਜਨਮ ਸਫ਼ਲ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਕਰਨ ਸਮੇਂ	੪੨-੪੩
੧੯.	ਕਿਸੇ ਦੀ ਉਸਤਤ-ਨਿੰਦਾ ਸੁਣਨ ਸਮੇਂ	੪੪-੪੫
੨੦.	ਆਪਣੀ ਉਸਤਤ-ਨਿੰਦਾ ਸੁਣਨ ਸਮੇਂ	੪੬-੪੭
੨੧.	ਮਨ ਨੂੰ ਮਾਇਆ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੋਂ ਨਿਰਲੇਪ ਹੋਣ ਦੀ ਮੱਤ ਦੇਣ ਸਮੇਂ	੪੮-੪੯
੨੨.	ਤੰਤਰਾਂ-ਮੰਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਉਲਝੇ ਮਿੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਗਿਆਨ ਦੇਣ ਸਮੇਂ	੫੦-੫੧
੨੩.	ਚਿੰਤਾ ਹੋਣ ਸਮੇਂ	੫੨-੫੩
੨੪.	ਮਨ ਨੂੰ ਦੁਨਿਆਵੀ ਰਸਾਂ ਵਿੱਚ ਖਚਿਤ ਨਾ ਹੋਣ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਕਰਨ ਸਮੇਂ	੫੪-੫੫
੨੫.	ਮਾੜੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਤੋਂ ਬਚਣ ਸਮੇਂ	੫੬-੫੭
੨੬.	ਮਨ 'ਤੇ ਕ੍ਰੋਧ ਦੇ ਹਾਵੀ ਹੋਣ ਸਮੇਂ	੫੮-੫੯
੨੭.	ਸ਼ਿੰਗਾਰ ਕਰਨ ਸਮੇਂ	੬੦-੬੧
੨੮.	ਬੇਟੀ ਨੂੰ ਦਾਜ ਦੇਣ ਸਮੇਂ	੬੨-੬੩
੨੯.	ਦੁਨਿਆਵੀ ਡਰਾਂ ਤੋਂ ਨਿਡਰ ਹੋਣ ਸਮੇਂ	੬੪-੬੫
੩੦.	ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚਾਰਨ ਸਮੇਂ	੬੬-੬੭
੩੧.	ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੱਤਰ	੬੮

© ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL

੧. ਕੋਈ ਵੀ ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਸਮੇਂ

ਕੀਤਾ ਲੋੜੀਐ ਕੰਮੁ ਸੁ ਹਰਿ ਪਹਿ ਆਖੀਐ॥ ਕਾਰਜੁ ਦੇਇ ਸਵਾਰਿ ਸਤਿਗੁਰ ਸਚੁ ਸਾਖੀਐ॥

© ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL

੧. ਕੋਈ ਵੀ ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਸਮੇਂ

ਕੀਤਾ ਲੋੜੀਐ ਕੰਮੁ ਸੁ ਹਰਿ ਪਹਿ ਆਖੀਐ॥ ਕਾਰਜੁ ਦੇਇ ਸਵਾਰਿ ਸਤਿਗੁਰ ਸਚੁ ਸਾਖੀਐ॥

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ, ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਅੰਗ ੯੧)

ਹਰ ਕੰਮ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਅਰਦਾਸ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਪਿਤਾ ਜੀ, ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੁਆਰਾ ਕਾਰਜ ਸਫ਼ਲ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

At the outset of any work, pray to God for His blessings. The eternal God shall bestow success through Guru's teachings.

ਉੱਪਰ ਲਿਖੀਆਂ ਤੁਕਾਂ ਰਾਹੀਂ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ ਸਮਝਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਹਰ ਕੰਮ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਾਨੂੰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਅਰਦਾਸ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਿਰਜਣਹਾਰ-ਦਾਤਾਰ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਵਧਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਨੇੜਤਾ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਅਹਿਸਾਸ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਸਾਡੇ ਮਨੋਂ ਬਲ ਨੂੰ ਉੱਚਾ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਦੀ ਹਜ਼ੂਰੀ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਸਿੱਟੇ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਇਕਾਗਰਤਾ ਬਣਦੀ ਹੈ, ਇਕਾਗਰ ਚਿੱਤ ਹੋਇਆਂ ਯਾਦ ਸ਼ਕਤੀ ਵਧਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਾਰਜ ਵਧੇਰੇ ਨਿਪੁੰਨਤਾ ਨਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਦੀ ਗੋਦ ਵਿੱਚ ਬੈਠ ਕੇ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਨੂੰ ਲਗਨ ਨਾਲ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਪਿਤਾ ਜੀ ਪ੍ਰਸੰਨ ਹੋ ਕੇ, ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਰਾਹੀਂ ਕਾਰਜ ਸਫ਼ਲ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਪਿਆਰੇ ਬੱਚਿਓ! ਅਗਲੇ ਪੰਨਿਆਂ 'ਤੇ ਦਿੱਤੀ ਖਾਲੀ ਥਾਂ ਉਪਰ ਉਪਰੋਕਤ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੰਬੰਧਿਤ ਵਿਸ਼ੇ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਦੀਆਂ ਸਤਰਾਂ ਲਿਖੋ ਜੀ।

© ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL

੨. ਸਰੀਰਕ ਬਣਤਰ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨ ਸਮੇਂ

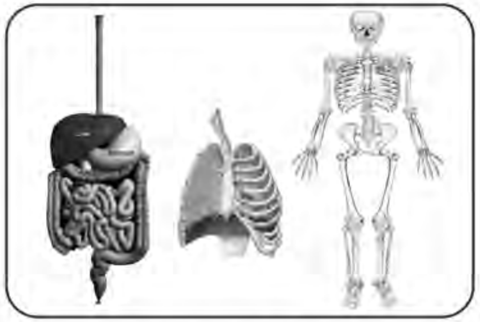
ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਤੇਰਾ ਰਚਨੁ ਰਚਿਆ ਸੋ ਹਰਿ ਮਨਿ ਨ ਵਸਾਇਆ॥

© ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL

੨. ਸਰੀਰਕ ਬਣਤਰ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨ ਸਮੇਂ

ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਤੇਰਾ ਰਚਨੁ ਰਚਿਆ ਸੋ ਹਰਿ ਮਨਿ ਨ ਵਸਾਇਆ॥

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਜੀ, ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਅੰਗ ੯੨੨)



ਇਸ ਜਗਤ ਵਿੱਚ ਆ ਕੇ ਤੂੰ ਹੋਰ-ਹੋਰ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਤਾਂ ਰੁੱਝਾ ਰਿਹਾ, ਪਰ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਉਸ ਪਰਮਾਤਮਾ (ਜਿਸਨੇ ਤੇਰੀ ਬਣਤਰ ਇੰਨੀ ਸੂਝ-ਬੂਝ ਨਾਲ ਬਣਾਈ ਹੈ) ਦੀ ਯਾਦ ਵਿੱਚ ਜੋੜਨ ਦਾ ਉਪਰਾਲਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ।

(Being engrossed in worldly chores) You have not enshrined God in your mind, Who created your wonderful body.

© ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL

੩. ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੀ ਰਚਨਾ ਦਾ ਭੇਦ ਸਮਝਣ ਸਮੇਂ

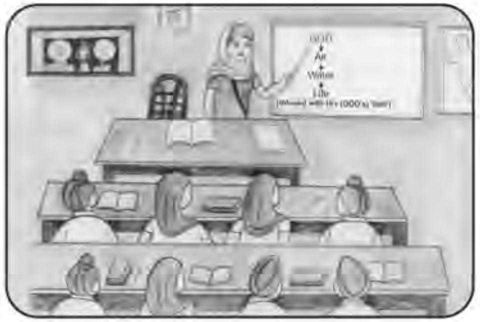
ਸਾਚੇ ਤੇ ਪਵਨਾ ਭਇਆ   ਪਵਨੈ ਤੇ ਜਲੁ ਹੋਇ॥ ਜਲ ਤੇ ਤ੍ਰਿਭਵਣੁ ਸਾਜਿਆ   ਘਟਿ ਘਟਿ ਜੋਤਿ ਸਮੋਇ॥

© ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL

੩. ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੀ ਰਚਨਾ ਦਾ ਭੇਦ ਸਮਝਣ ਸਮੇਂ

ਸਾਚੇ ਤੇ ਪਵਨਾ ਭਇਆ ਪਵਨੈ ਤੇ ਜਲੁ ਹੋਇ॥ ਜਲ ਤੇ ਤ੍ਰਿਭਵਣੁ ਸਾਜਿਆ ਘਟਿ ਘਟਿ ਜੋਤਿ ਸਮੋਇ॥

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ, ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਅੰਗ ੧੯)



ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੀ ਰਚਨਾ ਦੇ ਵਿਗਿਆਨਿਕ ਤੱਥਾਂ ਦਾ ਖੁਲਾਸਾ ਕਰਦਿਆਂ (ਪੰਦਰਵੀਂ ਸਦੀ ਵਿੱਚ) ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ''ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੇ ਆਪਣੀ ਸ਼ਕਤੀ ਨਾਲ ਹਵਾ ਪੈਦਾ ਕੀਤੀ, ਹਵਾ ਤੋਂ ਪਾਣੀ ਬਣਿਆ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਸਾਰੀ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਹੋਇਆ। ਇਸ ਸਾਰੇ ਜਗਤ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਹੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਜੋਤ ਟਿਕੀ ਹੋਈ ਹੈ।''

Sri Guru Nanak Dev Ji explained the scientific basis of the origin of life as early as the 15th century. He said, "True Lord created 'air' by His creative power. 'Water' was formed from 'air', and from 'water' this universe was created. He has infused His 'Self' (Jot) in each and every heart."

© ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL

੪. ਹਵਾ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਧਰਤੀ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਤੀ ਜਾਗ੍ਰਤੀ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਸਮੇਂ

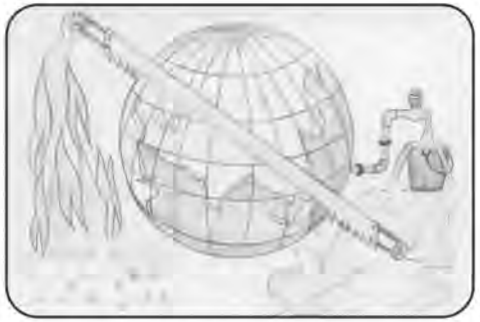
ਪਵਣੁ ਗੁਰੂ ਪਾਣੀ ਪਿਤਾ ਮਾਤਾ ਧਰਤਿ ਮਹਤੁ॥

© ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL

੪. ਹਵਾ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਧਰਤੀ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਤੀ ਜਾਗ੍ਰਤੀ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਸਮੇਂ

ਪਵਣੁ ਗੁਰੂ ਪਾਣੀ ਪਿਤਾ ਮਾਤਾ ਧਰਤਿ ਮਹਤੁ॥

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ, ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਅੰਗ ੮)



'ਹਵਾ' ਸਰੀਰ ਲਈ ਇਵੇਂ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਆਤਮਾ ਲਈ ਗੁਰੂ, 'ਪਾਣੀ' ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਪਿਤਾ ਸਮਾਨ ਹੈ ਅਤੇ 'ਧਰਤੀ' (ਜਿਹੜੀ ਅਨੇਕਾਂ ਕਿਸਮ ਦੀ ਬਨਸਪਤੀ ਅਤੇ ਪਦਾਰਥ ਪੈਦਾ ਕਰਕੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਦੀ ਹੈ) ਸਭ ਦੀ ਵੱਡੀ ਮਾਂ ਹੈ।
(ਹਵਾ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਧਰਤੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਜੀਵਨ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਕੁਦਰਤ ਦੀਆਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾਤਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।)

'Air' is like the Guru (i.e. as important for life as the Guru for the soul), 'Water' is like the father, and 'Earth' is like the great mother (that produces food and provides materials for clothing, shelter etc.) of all.
(Life is not possible without air, water and earth. Therefore, one should conserve these with utmost care.)

© ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL

੧੨. ਜਾਣਦਿਆਂ-ਬੁੱਝਦਿਆਂ ਬੁਰੇ ਕੰਮ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਜਾਣ ਸਮੇਂ

ਕਬੀਰ ਮਨੁ ਜਾਨੈ ਸਭ ਬਾਤ ਜਾਨਤ ਹੀ ਅਉਗਨੁ ਕਰੈ॥ ਕਾਹੇ ਕੀ ਕੁਸਲਾਤ ਹਾਥਿ ਦੀਪੁ ਕੂਏ ਪਰੈ॥

© ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL

੧੨. ਜਾਣਦਿਆਂ-ਬੁੱਝਦਿਆਂ ਬੁਰੇ ਕੰਮ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਜਾਣ ਸਮੇਂ

ਕਬੀਰ ਮਨੁ ਜਾਨੈ ਸਭ ਬਾਤ ਜਾਨਤ ਹੀ ਅਉਗਨੁ ਕਰੈ॥ ਕਾਹੇ ਕੀ ਕੁਸਲਾਤ ਹਾਥਿ ਦੀਪੁ ਕੂਏ ਪਰੈ॥

(ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਅੰਗ ੧੩੭੬)

ਹੇ ਕਬੀਰ! ਮਨ ਸਭ ਕੁਝ ਜਾਣਦਾ ਹੋਇਆ ਵੀ ਔਗੁਣ ਕਰੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੀ ਕੁਸ਼ਲਤਾ ਹੈ? ਇਹ ਤਾਂ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਦੀਵਾ ਫੜ ਕੇ ਖੂਹ ਵਿੱਚ ਛਾਲ ਮਾਰਨ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ।

O Kabeer! The mind knows everything, yet it knowingly commits mistakes. What good is a lamp if you fall in to a well?

© ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL

੨੫. ਮਾੜੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਤੋਂ ਬਚਣ ਸਮੇਂ

ਕਬੀਰ ਮਾਰੀ ਮਰਉ ਕੁਸੰਗ ਕੀ ਕੇਲੇ ਨਿਕਟਿ ਜੁ ਬੇਰਿ॥ ਉਹ ਝੂਲੈ ਉਹ ਚੀਰੀਐ ਸਾਕਤ ਸੰਗੁ ਨ ਹੇਰਿ॥

© ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL

੨੫. ਮਾੜੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਤੋਂ ਬਚਣ ਸਮੇਂ

ਕਬੀਰ ਮਾਰੀ ਮਰਉ ਕੁਸੰਗ ਕੀ ਕੇਲੇ ਨਿਕਟਿ ਜੁ ਬੇਰਿ॥ ਉਹ ਝੂਲੈ ਉਹ ਚੀਰੀਐ ਸਾਕਤ ਸੰਗੁ ਨ ਹੇਰਿ॥

(ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਜੀ, ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਅੰਗ ੧੩੬੯)

ਹੇ ਕਬੀਰ! (ਬੁਰੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਵੀ ਨਾ ਖੜ) ਮਾੜੀ ਸੰਗਤ ਮਨੁੱਖ ਦੀਆਂ ਮਨੋਬਿਰਤੀਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜ਼ਖ਼ਮ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿਸੇ ਬੇਰੀ ਦੇ ਦਰਖ਼ਤ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਉੱਗੇ ਕੇਲੇ ਦੇ ਪੌਦੇ ਦੇ ਪੱਤੇ ਬੇਰੀ ਦੇ ਹੁਲਾਰਿਆਂ ਨਾਲ ਚੀਰੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

O Kabeer! Never stand in the vicinity of bad company. It hampers one's mind as the swinging branches of a *ber* tree tear apart the leaves of nearby *banana* plant.

© ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL

ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੱਤਰ

(ੳ) ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀਆਂ ਤੁਕਾਂ ਕਿਸ ਸਮੇਂ ਪ੍ਰੇਰਨਾਮਈ ਹੋ ਕੇ ਜੀਵਨ ਸਫ਼ਲਾ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ?

੧. ਜੋ ਸੁਖੁ ਪ੍ਰਭ ਗੋਬਿੰਦ ਕੀ ਸੇਵਾ ਸੋ ਸੁਖੁ ਰਾਜਿ ਨ ਲਹੀਐ॥

੨. ਨਾਨਕ ਅਉਗੁਣ ਜੇਤੜੇ ਤੇਤੇ ਗਲੀ ਜੰਜੀਰ॥

੩. ਉਸਤਤਿ ਨਿੰਦਾ ਦੋਊ ਤਿਆਗੈ ਖੋਜੈ ਪਦੁ ਨਿਰਬਾਨਾ॥

੪. ਜੇ ਸਉ ਚੰਦਾ ਉਗਵਹਿ ਸੂਰਜ ਚੜਹਿ ਹਜਾਰ॥ ਏਤੇ ਚਾਨਣ ਹੋਦਿਆਂ ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਘੋਰ ਅੰਧਾਰ॥

(ਅ) ਮਿਲਾਨ ਕਰੋ।

੧. ਮਾੜੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਤੋਂ ਬਚਣ ਸਮੇਂ	☐	ਚਿੰਤਾ ਛਡਿ ਅਚਿੰਤੁ ਰਹੁ ਨਾਨਕ ਲਗਿ ਪਾਈ॥
੨. ਤੰਤਰਾਂ-ਮੰਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਉਲਝੇ ਮਿੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਗਿਆਨ ਦੇਣ ਸਮੇਂ	☐	ਭੈ ਕੀਆ ਦੇਹਿ ਸਲਾਈਆ ਨੈਣੀ ਭਾਵ ਕਾ ਕਰਿ ਸੀਗਾਰੋ॥ ਤਾ ਸੋਹਾਗਣਿ ਜਾਣੀਐ ਲਾਗੀ ਜਾ ਸਹੁ ਧਰੇ ਪਿਆਰੋ॥
੩. ਚਿੰਤਾ ਹੋਣ ਸਮੇਂ	☐	ਕਬੀਰ ਮਾਰੀ ਮਰਉ ਕੁਸੰਗ ਕੀ ਕੇਲੇ ਨਿਕਟਿ ਜੁ ਬੇਰਿ॥ ਉਹ ਝੂਲੈ ਉਹ ਚੀਰੀਐ ਸਾਕਤ ਸੰਗੁ ਨ ਹੇਰਿ॥
੪. ਸ਼ਿੰਗਾਰ ਕਰਨ ਸਮੇਂ	☐	ਅਉਖਧ ਮੰਤ੍ਰ ਤੰਤ ਸਭਿ ਛਾਰੁ॥ ਕਰਣੈਹਾਰੁ ਰਿਦੇ ਮਹਿ ਧਾਰੁ॥

(ੲ) ਹੇਠਾਂ ਲਿਖੇ ਸਮਿਆਂ 'ਤੇ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿੱਚੋਂ ਢੁਕਵੇਂ ਫ਼ਰਮਾਨ ਲਿਖ ਕੇ ਲਗਭਗ ੧੫੦ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ ਜੀ।

੧. ਤੰਤਰਾਂ-ਮੰਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਉਲਝੇ ਮਿੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਗਿਆਨ ਦੇਣ ਸਮੇਂ

੨. ਬਸਤਰਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਸਮੇਂ

੩. ਮਨ ਨੂੰ ਮਨੁੱਖਾ ਜਨਮ ਸਫ਼ਲ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਕਰਨ ਸਮੇਂ

੪. ਸਰੀਰ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਸਮੇਂ

(ਸ) ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀਆਂ ਤੁਕਾਂ ਨੂੰ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਮਾਨ ਕਰਦੇ ਚਿੱਤਰ ਬਣਾਉ।

੧. ਕਬੀਰ ਮਨੁ ਜਾਨੈ ਸਭ ਬਾਤ ਜਾਨਤ ਹੀ ਅਉਗਨੁ ਕਰੈ॥ ਕਾਹੇ ਕੀ ਕੁਸਲਾਤ ਹਾਥਿ ਦੀਪੁ ਕੂਏ ਪਰੈ॥

੨. ਜਿਤੁ ਕੀਤਾ ਪਾਈਐ ਆਪਣਾ ਸਾ ਘਾਲ ਬੁਰੀ ਕਿਉ ਘਾਲੀਐ॥ ਮੰਦਾ ਮੂਲਿ ਨ ਕੀਚਈ ਦੇ ਲੰਮੀ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲੀਐ॥

© ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL

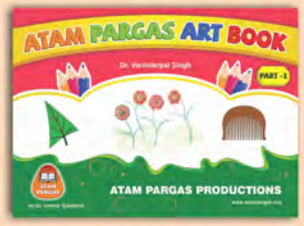
ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਪੁਸਤਕ ਸੀਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਸਿਲੇਬਸ ਵਿੱਚ ਵਰਤਣ ਦੀ ਵਿਧੀ

ਸ਼੍ਰੇਣੀ	ਪੁਸਤਕਾਂ	ਵਿਸ਼ਾ
ਨਰਸਰੀ	ਗੁਰਮੁਖੀ ਅੱਖਰ ਗਿਆਨ	ਪੰਜਾਬੀ
ਐੱਲ.ਕੇ.ਜੀ.	ਗੁਰਮੁਖੀ ਅੱਖਰ ਅਭਿਆਸ	ਪੰਜਾਬੀ
	ਪੰਜਾਬੀ ਅਭਿਆਸ ਪੁਸਤਕ (ਭਾਗ ਪਹਿਲਾ)	ਪੰਜਾਬੀ
ਯੂ.ਕੇ.ਜੀ.	ਪੰਜਾਬੀ ਅਭਿਆਸ ਪੁਸਤਕ (ਭਾਗ ਦੂਜਾ)	ਪੰਜਾਬੀ
	ਪੰਜਾਬੀ ਅਭਿਆਸ ਪੁਸਤਕ (ਭਾਗ ਤੀਜਾ)	ਪੰਜਾਬੀ
	Atam Pargas Art Book (Part 1)	ਡਰਾਇੰਗ
ਪਹਿਲੀ	ਪੰਜਾਬੀ ਅਭਿਆਸ ਪੁਸਤਕ (ਭਾਗ ਚੌਥਾ)	ਪੰਜਾਬੀ
	Atam Pargas Art Book (Part 2)	ਡਰਾਇੰਗ
	Atam Pargas Scrap Book (Part 1)	ਆਰਟਸ / ਸੋਸ਼ਲ ਸਾਇੰਸ
ਦੂਜੀ	Atam Pargas Scrap Book (Part 2)	ਆਰਟਸ / ਸੋਸ਼ਲ ਸਾਇੰਸ
	ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ – ਸੁਲੇਖ ਮਾਲਾ (ਭਾਗ ਪਹਿਲਾ)	ਪੰਜਾਬੀ / ਮੌਰਲ ਸਾਇੰਸ
	ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ – ਰੰਗ ਮਾਲਾ (ਭਾਗ ਪਹਿਲਾ)	ਡਰਾਇੰਗ
ਤੀਜੀ	ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ – ਸੁਲੇਖ ਮਾਲਾ (ਭਾਗ ਦੂਜਾ)	ਪੰਜਾਬੀ / ਮੌਰਲ ਸਾਇੰਸ
	ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ – ਰੰਗ ਮਾਲਾ (ਭਾਗ ਦੂਜਾ)	ਡਰਾਇੰਗ
ਚੌਥੀ	ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ – ਸੁਲੇਖ ਮਾਲਾ (ਭਾਗ ਤੀਜਾ)	ਪੰਜਾਬੀ / ਮੌਰਲ ਸਾਇੰਸ
	ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ – ਰੰਗ ਮਾਲਾ (ਭਾਗ ਤੀਜਾ)	ਡਰਾਇੰਗ
ਪੰਜਵੀਂ	ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ – ਸੁਲੇਖ ਮਾਲਾ (ਭਾਗ ਚੌਥਾ)	ਪੰਜਾਬੀ / ਮੌਰਲ ਸਾਇੰਸ
	ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ – ਰੰਗ ਮਾਲਾ (ਭਾਗ ਚੌਥਾ)	ਡਰਾਇੰਗ
ਛੇਵੀਂ	ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ – ਚਿੱਤਰ ਮਾਲਾ (ਭਾਗ ਪਹਿਲਾ)	ਆਰਟਸ / ਮੌਰਲ ਸਾਇੰਸ
	Sikh History Cards (Part 1) / ਸਿੱਖ ਇਤਿਹਾਸ ਕਾਰਡ (ਭਾਗ ਪਹਿਲਾ)	ਮੌਰਲ ਸਾਇੰਸ
ਸੱਤਵੀਂ	ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ – ਚਿੱਤਰ ਮਾਲਾ (ਭਾਗ ਦੂਜਾ)	ਆਰਟਸ / ਮੌਰਲ ਸਾਇੰਸ
	Sikh History Cards (Part 2) / ਸਿੱਖ ਇਤਿਹਾਸ ਕਾਰਡ (ਭਾਗ ਦੂਜਾ)	ਮੌਰਲ ਸਾਇੰਸ
ਅੱਠਵੀਂ	ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ – ਚਿੱਤਰ ਮਾਲਾ (ਭਾਗ ਤੀਜਾ)	ਆਰਟਸ / ਮੌਰਲ ਸਾਇੰਸ
ਨੌਵੀਂ	ਜੀਵੀਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ – ਚਿੱਤਰ ਮਾਲਾ (ਭਾਗ ਚੌਥਾ)	ਆਰਟਸ / ਮੌਰਲ ਸਾਇੰਸ

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਸਰਬਪੱਖੀ ਵਿਕਾਸ ਦੀਆਂ ਚਾਹਵਾਨ ਵਿੱਦਿਅਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਸਿਲੇਬਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਕੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਦੁਨਿਆਵੀ ਵਿੱਦਿਆ ਦੇਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਨੈਤਿਕ, ਬੌਧਿਕ ਅਤੇ ਸੱਭਿਅਕ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਫੁੱਲਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰੀ ਨਿਭਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

© ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL

ਨਰਸਰੀ ਤੋਂ ਨੌਵੀਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਸਿਲੇਬਸ ਲਈ ਇੱਕ ਸੁਗਾਤ



ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਪੁਸਤਕ ਸੀਰੀਜ਼

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਸਰਬਪੱਖੀ ਵਿਕਾਸ ਦੀਆਂ ਚਾਹਵਾਨ ਵਿੱਦਿਅਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਸਿਲੇਬਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਕੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਦੁਨਿਆਵੀ ਵਿੱਦਿਆ ਦੇਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਨੈਤਿਕ, ਬੌਧਿਕ ਅਤੇ ਸੱਭਿਅਕ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਫੁੱਲਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰੀ ਨਿਭਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਨੂੰ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕਾਂ ਵਜੋਂ ਵਰਤਣ ਦੀ ਵਿਧੀ ਅੰਦਰਲੇ ਟਾਈਟਲ ਪੰਨੇ ਤੇ ਪੜ੍ਹੋ ਜੀ।

ATAM PARGAS

ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਪ੍ਰੋਡਕਸ਼ਨਸ
ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ਸੋਸ਼ਲ ਵੈਲਫ਼ੇਅਰ ਕੌਂਸਲ
99, ਪ੍ਰੀਤ ਵਿਹਾਰ, ਦਾਦ, ਪੱਖੋਵਾਲ ਰੋਡ, ਲੁਧਿਆਣਾ-142 022
+91-82880-10531 / 32 / 33 atampargas@gmail.com www.atampargas.org
Follow us :

ISBN : 978-81-943573-4-6
Set - ISBN : 978-81-943573-5-3)
₹110/-
US$ 5.0

© ATAM PARGAS SOCIAL WELFARE COUNCIL